

Peter Geißler
Wie Raum das psychotherapeutische Geschehen formt

Forum Körperpsychotherapie • Band 15

Peter Geißler

Wie Raum das psychotherapeutische Geschehen formt

Mit einem Vorwort von Ulfried Geuter

Mit einem Beitrag von Paolo Raile

Psychosozial-Verlag

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten
sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Originalausgabe

© 2026 Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG
Gesetzlich vertreten durch die persönlich haftende Gesellschaft Wirth GmbH,
Geschäftsführer: Johann Wirth
Walltorstraße 10, 35390 Gießen, Deutschland
06 41 96 99 78 0
info@psychosozial-verlag.de
www.psychosozial-verlag.de

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werks darf in irgendeiner Form
(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung
des Verlags reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet,
vervielfältigt oder verbreitet werden. Wir behalten uns auch eine Nutzung des Werks
für Text und Data Mining im Sinne von § 44b UrhG vor.

Umschlagabbildung: © AdobeStock/photo_mts
Umschlaggestaltung und Innenlayout nach Entwürfen von Hanspeter Ludwig, Wetzlar
Druck und Bindung: Druckhaus Bechstein GmbH,
Willy-Bechstein-Straße 4, 35576 Wetzlar, Deutschland
Printed in Germany

ISBN 978-3-8379-3521-9 (Print)
ISBN 978-3-8379-6445-5 (E-Book-PDF)
<https://doi.org/10.30820/9783837964455>
ISSN 2567-5745 (Print)
ISSN 3053-4771 (Digital)

Inhalt

Vorwort	7
<i>Ulfried Geuter</i>	
Prolog	13
Evolution des Raumsinns	19
Raum als Intelligenz	22
Orientierung als Grundlage des Erlebens	
Der dritte Mitspieler	24
Der therapeutische Raum als »Co-Therapeut«	
Körper im Raum	26
Proxemik, Schwerkraft und verkörpertes Selbst	
Rudolf Laban	
und die Kunst der Bewegung im Raum	28
»Body-Organizing« nach George Downing	30
Raumverarbeitung als Entwicklungsprozess	
Körperorganisation in frühen Interaktionen	30
Implizite Nähe-Distanz-Muster als Körpergedächtnis	31
Reaktivierung frühkindlicher Raum-Skripte in der Therapie	32
Bindungstheorie:	
Sicherer Raum und verzerrte Distanzregulation	33
Neue Raum-Erfahrungen im therapeutischen Prozess	34
Zwischen Distanz und Nähe	36
Was Raumregulation über Bindung verrät	
Erste Zwischenbilanz	39

Der raumkörper-theoretische Zugang am Beispiel der Anorexia nervosa	41
Welchen Mehrwert könnte eine neu zu entwickelnde Raumkörper-Theorie für das Verständnis und die Therapie der Anorexie bieten?	44
Wissenschaftliche Untermauerung	51
Fazit	55
Donald W. Winnicott und die Raumkörper-Theorie	56
Ein systematischer Vergleich	
Zweite Zwischenbilanz	68
Der Raumkörper als Vorhersagesystem	70
Therapie im Horizont der Zukunft	
Anhang	
Raum in der Psychotherapie aus kulturwissenschaftlicher Perspektive	79
<i>Paolo Raile</i>	
Raum und <i>spatial turn</i> in der Psychotherapie	79
Raumkonzepte des <i>spatial turn</i>	80
Raumkonzepte im psychotherapeutischen Kontext	85
Aktuelle Entwicklungen und Ausblick	93
Literatur	95

Vorwort

Im Grenzgebiet von psychodynamischer und körperbezogener Psychotherapie ist Peter Geißler einer der kreativsten Denker. Mit diesem Buch überrascht er uns mit einem Schritt in einen Raum des Nachdenkens, der in beiden Therapierichtungen wenig beachtet wird. Es widmet sich dem Raum als Organisationsprinzip der Erfahrung. Hatte die Psychoanalyse in ihren Anfängen allein den seelischen Binnenraum des Menschen betrachtet und mit der intersubjektiven Wende auch das Beziehungsgeschehen, so fügt Geißler den Raum als eine leiblich verankerte Struktur hinzu, in der und mit der Orientierung, Affektregulation, Bindung, psychische Entwicklung und therapeutisches Arbeiten stattfinden.

In der Körperpsychotherapie hatte Wilhelm Reich (1933) zwar schon früh den gesellschaftlichen Raum zum Thema gemacht, der Charakterstrukturen formt, aber die reichianisch geprägte Körperpsychotherapie verweilte im Binnenraum einer Arbeit mit Haltung, Ausdruck oder Atem, bis auch hier eine intersubjektive Wende zum *Embodied Relating* (Totton, 2015) einsetzte, zu einer Arbeit im Raum der Beziehung. Geißler geht einen Schritt weiter. Er spricht in seinem Buch über die Bedeutung des realen Raums, in dem auch Therapien stattfinden. Er öffnet unseren Blick dafür, wie Raum das therapeutische Geschehen reguliert. Er versucht nicht weniger als eine theoretische Grundlage für etwas zu schaffen, das Therapeuten Tag für Tag erleben: wie Patienten im und über den Raum Lebenserfahrungen darstellen, Beziehung gestalten und neue Erfahrungen suchen. Das ist eine kreative, anregende Perspektive.

Bewegung im Raum ist ein Kennzeichen von Lebewesen. Schon Bakterien steuern auf Zucker zu, wenn sie Nahrung suchen. Wie alle Lebewesen geben sie der Welt in Wahrnehmung und Bewegung eine Bedeutung. Lebewesen leben in Lebensräumen und sie interagieren mit ihnen. Geißler verweist uns darauf, dass es kein psychisches Leben – und keine psychi-

schen Störungen – ohne den Raum, in dem wir leben, gibt. Orientierung im Raum erachtet Geißler als evolutionär tief verankert und prärelational, d. h., dass Menschen von Geburt an alles, was sie erfassen, in einem leiblich codierten Raumsinn erfassen. In der frühen Entwicklung entstünden so Raumskripte, die sich in einer Therapie reaktivieren können.

Körper, zeigt uns Geißler, werden nicht nur in der Beziehung zu sich selbst und anderen, sie werden auch im Raum erlebt, und psychische Störungen manifestieren sich daher im »Raumkörper«. Das illustriert er in einer eingehenden Analyse der Anorexie, bei der er neben der gestörten Körperwahrnehmung ein gestörtes Erleben des Körpers im Raum diagnostiziert. Geißler interpretiert Anorexie als einen Versuch, einen kontrollierten, sicheren Raum herzustellen, und Symptome psychischer Störungen allgemein als Ausdruck eines eingeschränkten Raumkörpers. Die Therapie der Magersucht solle daher nicht nur reflexiv an der Körperwahrnehmung arbeiten, sondern auch am präreflexiv gelebten Körperraum-Gefühl. Geißlers Theorie des Raumkörpers führt uns zu ähnlichen Gedanken, wie sie Fuchs (2000) in seiner phänomenologischen Theorie des Leibraums formuliert hat. Fuchs versteht den Raum als leiblich erfahrenen Raum der möglichen Beziehungen zur Um-Welt, in der wir sind und handeln. Auch für Fuchs (2005) sind psychische Störungen Störungen im Leibraum-Erleben, wenn er eine Depression als einen Zustand beschreibt, in dem die Schwere des Leibes wie ein Hindernis die Person von der Welt trennt.

In einem weiteren Teil seines Buchs setzt sich Geißler intensiv mit den Theorien von Donald W. Winnicott und dessen Konzepten der »holding environment« und des »Übergangsraums« als Vorläufer einer Raumkörper-Theorie auseinander. Er legt dar, dass das von Winnicott geschilderte Spiel des Kindes nicht nur durch eine sichere Bindung, sondern auch durch einen schützenden Raum möglich wird. – An dieser Stelle liegt es nahe, eine Brücke zur Material-Engagement-Theory von Lambros Malafouris (2019) zu schlagen. Denn das Spiel wird auch möglich durch Gegenstände, mit denen das Kind spielt. Wie Michael Bálint einmal schrieb, leben Menschen in drei Beziehungen: zu sich selbst, zu den anderen und zu den Dingen. Geißler schreibt über die Beziehungserfahrungen und die Raumerfahrungen, die ein Säugling macht. Beide sind auch Erfahrungen mit Dingen. Der Säugling bewegt sich auf etwas zu, was ihn neugierig macht, und fasst es an. Er hört, wie der Raum sich mit einem Geräusch füllt, wenn er die Rassel in der Hand bewegt, und er bemerkt an einem Pullover, wie weich es sich anfühlt, wenn er getröstet wird. Die Er-

fahrung des Selbst entsteht in sensomotorischen Interaktionen nicht nur mit sich selbst und mit anderen, sondern auch mit der räumlich-dinglichen Welt. Der verkörpert erlebte Raum, über den Geißler schreibt, ist auch ein Raum der Dinge.

Malafouris hat gezeigt, dass Dinge Mitakteure in psychischen Prozessen sind. Am Beispiel des Töpfers demonstriert er, dass der Töpfer nicht einfach eine mentale Vorstellung umsetzt, sondern dass in einem perzeptiv-motorischen Dialog mit dem Schwung und der Geschwindigkeit der Töpferscheibe, dem Ton, den Händen, der Körperhaltung und der Idee eine Form ausgehandelt wird und das Material den Entstehungsprozess mitformt. Wenn wir mit einem Stift eine Linie über ein Blatt Papier ziehen, ist diese Handlung mental, körperlich, räumlich und kulturell zugleich. Steinwerkzeuge wurden nicht im Kopf entworfen und dann in die Welt gebracht, sondern entstanden in einem evolutionären Prozess der Auseinandersetzung mit dem Gebrauch des Materials Stein im Lebensraum der Menschen. Objekte sind im leiblich-räumlichen Erleben an dem beteiligt, was im handelnden Bezug zur Welt entsteht. Malafouris spricht von »thinging« für ein Denken, das mit und durch Dinge geschieht.

Mit einem Begriff von Malafouris und Röhricht (2024) ließe sich Geißlers »re-rooming« der Theorie um ein »re-thinging« ergänzen. Raumkörper-Theorie und Material-Engagement-Theory erweitern beide gleichermaßen unseren therapeutischen Blick über intrapsychische und interpersonelle Prozesse hinaus in die Welt des dinglichen Raums. Der Umgang mit dem Raum und den Dingen prägt auch unser Fühlen. Wenn Kinder heute lernen, ihre inneren Zustände über Emojis, GIFs oder Reaktionsbuttons auszudrücken, übersetzen sie nicht nur Affekte in neue kulturelle Codes, es entsteht dabei auch eine in diesen Codes und in den Resonanzlogiken der digitalen Medien erlebte Welt des Fühlens, in der Affekte vor allem Zeichen sind und Emotionsausdruck strategisch eingesetzt wird.

Geißler führt eine »dynamische Perspektive ein, in der Bedeutung aus dem Handlungskontext im Raum-Zeit-Gefüge entsteht«. Auch dabei spielen Dinge als konstitutive Bestandteile mentaler Prozesse eine entscheidende Rolle. In der Interaktion mit Dingen realisiert sich Intentionalität: in der Entwicklung des Kindes, im Handeln des Erwachsenen und im Therapiezimmer. Menschen sind mit dem Raum und den Dingen ihrer Lebenswelt verbunden. Unsere Lebenswelt formt uns und wird von uns geformt, sie erreicht menschliches Wahrnehmen und Handeln und wird von ihm erreicht. Diese Sichtweise, die Geißlers Theorie in diesem Buch mit

der Theorie von Malafouris teilt, entspricht der Philosophie des Enaktivismus, derzufolge Kognitionen Teil der tätigen, verkörperten Beziehung von Lebewesen zu ihrem Lebensraum sind (Maturana & Varela, 2012; Varela et al., 1992) und die eine geeignete paradigmatische Grundlage für die Körperpsychotherapie abgibt (Geuter, 2023).

Wir erkennen Dinge nur insoweit, wie wir mit ihnen in eine Beziehung treten. Kant trennte das erkennende Subjekt von dem Gegenstand, wie er unabhängig von unserer Anschauung existiere, dem »Ding an sich«. In der Theorie von Malafouris wie im Enaktivismus wird diese Trennung aufgehoben: Wir erkennen die Wirklichkeit, indem wir uns mit unserer ganzen Person auf sie beziehen. Bedeutung entsteht in der Interaktion, in einer Kopplung von Organismus und Umwelt. Während der Enaktivismus – wie James J. Gibson in seiner ökologischen Wahrnehmungstheorie – auf den Aufforderungscharakter der Umwelt verweist, sprechen Malafouris den Dingen und Geißler dem Raum eine eigene Wirkmacht zu. Darauf hatte schon Martin Heidegger in *Sein und Zeit* (1967) verwiesen: Der ursprüngliche Weltbezug des Menschen ist praktisch. In ihm sind uns die Dinge nach einem Ausdruck von Heidegger »zuhanden« und nicht einfach »vorhanden«.

Raum ist für Geißler nicht nur Kontext, sondern wie die Dinge ein Mitproduzent mentaler Prozesse. Man könnte im Sinne Gibsons von einem Affordanzraum als einem situativ und leiblich bestimmten Feld von Handlungsmöglichkeiten sprechen. Der Raum bringt den Körper hervor und der Körper den Raum. Affordanzen im Raum existieren nur für einen Raumkörper, der Bezug zu ihnen aufnimmt. Die Handlungsmöglichkeiten des Menschen, so Geißlers Raumkörper-Theorie, sind leiblich organisiert. Der Raumkörper bringt die Möglichkeiten des Handelns aus sich heraus hervor, und das geschieht in einem Raum, der in Beziehung zum Subjekt tritt. Körper und Raum lassen sich so wenig trennen wie Körper und Dinge. Körperpsychotherapie ist demnach nicht eine Arbeit am Körper als Objekt von Interventionen, wie vielfach verstanden, sondern ein leiblich-relationales Geschehen im Raum. In der Therapie ist der Raumkörper die situative, leiblich-affektive Organisation von Kontakt im therapeutischen Feld. Therapeutische Veränderung zielt auf die Erweiterung dieses Raumkörpers, wodurch neue Handlungsmöglichkeiten und Beziehungsformen leiblich erfahrbar werden. Therapie verändert die Person im Raum.

Hier lässt sich auch eine Verbindung zur Körper-Umwelt-Theorie von Eugene T. Gendlin (2016) sehen. Für Gendlin sind Körper und Umwelt

untrennbar miteinander verknüpft. Er bezeichnet beide als ein »Ereignis«, als einen Prozess. Wenn wir z. B. einatmen, ist die Umwelt etwas, das einströmt. Wenn wir den Fuß auf den Boden setzen, partizipiert der Boden über den Widerstand am Gehen. Lebensprozesse verschränken Person und Situation ineinander. Das von Gendlin in die Psychotherapie eingeführte Konzept des »felt sense« meint ein leiblich gespürtes Verhältnis einer Person zu einer Situation. Wie für Geißler Therapie eine Neuorganisation des Raumkörpers ist, ist sie für Gendlin eine Neuorganisation des Person-Situation-Gefüges. Einem Sprachspiel von Malafouris et al. (2025) zufolge ist Heilung in der Psychotherapie ein »EnvironMental Healing«.

Im Therapieraum sind es vielfach die Dinge im Raum, die Bedeutung transportieren: der Stein oder das Kuschtier, das jemand für eine Woche aus dem Therapiezimmer mitnimmt, um darüber ein Gefühl oder eine Erfahrung bei sich zu haben, der Sessel, der leicht nach hinten geschoben wird, um den Raum von Nähe und Distanz zu regulieren. Wenn jemand sich im Sessel anders hinsetzt, wie Geißler beschreibt, erfolgt eine Veränderung in einer affektiv-sensomotorischen Schleife, die den Bezug zum Objekt des Sitzens einschließt. Wenn wir eine Patientin fragen, wie es sich anfühlt, gerade im Sessel so zu sitzen, wie sie es tut, machen wir den Körper im Raum im Bezug zu einem Ding zum Gegenstand der Erfahrung. Manche körperpsychotherapeutischen Methoden wie die Integrative, die Konzentrative oder die Kommunikative Bewegungstherapie messen dem Umgang mit Dingen im Raum einen hohen therapeutischen Wert bei, wenn sie Dinge bewusst als Therapiematerialien für Erfahrungsprozesse anbieten und nutzen. – Dinge können wie der Raum und der Körper nicht nur für etwas stehen, das ein Mensch in seiner Geschichte erfahren hat, sondern, wie Geißler feststellt, auch für etwas, das entstehen will, für etwas, wohin es geht. Gendlin (1993) hat einmal geschrieben, dass der Körper das Denken nach vorn treibt. In meiner körperpsychotherapeutischen Ausbildung wurde gelehrt, den inneren Impulsen zu folgen, die nach vorn weisen (vgl. Eberwein, 1990). In der hypnosystemischen Therapie wird die Lösungskompetenz des Körpers betont (Schmidt, 2023). Diese kann angeregt werden durch einen bewussten Bezug zum Raum der Dinge.

In der Neurobiologie wird das Gehirn in jüngerer Zeit gern als eine Maschine betrachtet, die aufgrund innerer Modelle der Welt aus sensorischen Inputs ständig Vorhersagen trifft und so Unsicherheit reduziert, um Stabilität zu erhalten (Friston, 2010). Für Geißler ist auch der Raumkörper

ein Vorhersageorgan, ein antizipatives System, das in die Zukunft weist. Aber Antizipation beruht auf Erfahrung, die Geißler zufolge immer schon räumlich organisiert ist. Insofern könnte man den Raumkörper mit Alfred J. Köth (2013) als »Speicher und Kompass« beschreiben. Er trägt eine Geschichte in sich, und er verweist in die Zukunft, entwirft Möglichkeiten. Insbesondere in körperlichen Vollzügen zeigt sich nach einem Begriff von Karl Bühler (1934) das empraktische Wissen des Körpers. Wenn jemand beim Fahrradfahren in eine brenzlige Situation kommt, tut er ohne nachzudenken das nächstbeste aus einem Körperwissen heraus, das auf vorherigen ähnlichen Situationen beruht. Die Zukunft ist, wie Geißler schreibt, im Raumkörper bereits organisiert. Diese Organisation beruht auf den Mustern, die wir auf Grundlage unserer Erfahrungen gebildet haben und die eine Folie für die impliziten Annahmen über die Zukunft und für unsere Handlungsentwürfe abgeben. Insofern bildet die Raumkörper-Theorie keinen Gegensatz zu dem körperpsychotherapeutischen Konzept, dass der Körper die Lebensgeschichte in sich trägt. Aber sie verweist auf eine bisher wenig beachtete Perspektive und orientiert das vergangenheitsgerichtete psychodynamische Denken Richtung Zukunft. Das ist gut so, weil der Blick zurück eigentlich keine andere Funktion haben sollte, als die Zukunft besser zu machen.

Ulfried Geuter

Prolog

Dieses Buch ist das Ergebnis einer schrittweisen Verschiebung meines Blickwinkels – einer Bewegung, deren Zusammenhang sich erst im Rückblick erkennen ließ. Der Ausgangspunkt lag im Buch *Körperarbeit in der Psychotherapie. Erste Schritte zur Öffnung des Settings* (Geißler, 2023). Dort formulierte ich konkrete Vorschläge, wie Körpererfahrungen behutsam in ein bis dahin rein sprachlich geprägtes Setting integriert werden können. Im Vordergrund stand ein sicherer Einstieg – ohne Überforderung der Therapeut:in oder Beschämung der Patient:in. Theorie wurde in dieser praxisnahen Darstellung bewusst in den Hintergrund gestellt.

In *Der Körper als Ressource in der Psychotherapie. Psychoanalytisch verstehen, prozesshaft denken, körperbezogen intervenieren* (Geißler, 2025a) wollte ich vermitteln, dass wir als psychodynamische Körperpsychotherapeut:innen eine Reihe von Hintergrundgedanken ständig im Blickfeld haben, gleichsam als inneres Koordinatensystem, das uns hilft, in den emotionalen Fahrwassern unserer Patient:innen – und in unseren eigenen als Therapeut:innen – zu navigieren. Ich zeigte anhand von Fallbeispielen, wie jede körperliche Intervention tief in das Übertragungsgeschehen eingebettet ist – und wie wichtig es ist, Körpersignale, Affekte, Deutungsmuster, Widerstandsaspekte und anderes zusammenzudenken. Ohne theoretisches Gelände droht die körperorientierte Arbeit in Beziehungsfallen zu führen.

Der Band *Berührung in der Psychotherapie* (Geißler, 2025b) ergänzte diese Überlegungen um das potenziell mächtige Instrument der körperlichen Berührung, wenn man denn gelernt hat, es professionell zu nutzen. Auch die ethische Dimension stand zur Diskussion: Wann ist Berührung im therapeutischen Rahmen vertretbar, rechtlich, klinisch, entwicklungspsychologisch? Hier entstand eine erste Leitlinie, die Orientierung bieten sollte, ohne abschließende Antworten geben zu können. – Und doch blieb in all dem etwas merkwürdig unbeachtet: der Raum selbst, als etwas, das

um uns herum *und* zugleich in uns selbst ist. Er war zwar »immer da«, aber nicht als eigenständige Dimension im Blick, nicht als aktiv wirksames Element des therapeutischen Geschehens.

Der Perspektivwechsel kam unerwartet. An einem Herbstabend 2024 lief im Hintergrund eine Fernsehsendung, in der zwei Wissenschaftler über Gitter- und Ortszellen sprachen – neuronale Strukturen, die ein inneres Navigationssystem bilden. Sie ermöglichen räumliche Orientierung lange bevor sich – evolutionär betrachtet – empathische Netzwerke entwickeln. Dieser Gedanke traf mich unvermittelt: Geht räumliche Orientierung womöglich der empathischen Einfühlung voraus? Falls ja: Was würde das für unsere therapeutischen »Koordinaten« bedeuten? Wenn Beziehung bislang als primärer Wirkfaktor galt – müsste dann nicht der Raum zumindest *gleichrangig* gedacht werden?

In diesem Moment dämmerte mir, dass Raum mehr zu sein scheint, als ich mir bis dahin vorstellen konnte, und dass es lohnend schien, ihn einmal vollkommen explizit in den Vordergrund des Denkens zu stellen. Vielleicht, so dämmerte mir weiter, ist Raum sogar so etwas wie ein übergreifendes organisierendes Prinzip, ein Grundgerüst des Erlebens – und vielleicht sogar über das Lebendige hinaus. Ich glaubte, mich an quantenmechanische Überlegungen zu erinnern, in denen Information räumlich organisiert wird. Auch im Zusammenhang mit der eben im Aufkommen befindlichen KI-Entwicklung war immer von einem »Vektor-Raum« die Rede. Was also hat es mit dem Raum auf sich? Andererseits: War das Nachdenken über Raum wirklich *neu*? Hatten sich nicht manche Psychoanalytiker wie Michael Bálint und Donald W. Winnicott bereits damit auseinandergesetzt? Ich war mir unsicher und fragte einige mir bekannte, mit der Fachliteratur vertraute Kollegen aus verschiedenen methodischen Feldern. Ich erhielt immer die gleiche Antwort: Raum und Raumerleben sind zweifellos ein wichtiges Element in jeder Psychotherapie, aber *systematisch* wurde dieser Bereich bisher nicht durchdacht – nicht einmal in der Körperpsychotherapie, die ja in besonderer Weise mit Raum operiert (mit einer bemerkenswerten Ausnahme in der psychoanalytischen Literatur, auf die ich später noch zurückkomme).

In den nächsten Monaten begann mich die Thematik zunehmend zu fesseln, und ich führte gefühlt Hunderte Gespräche mit ChatGPT zu allen möglichen Facetten. Diese »Dialoge« verstärkten meine Überzeugung, eine bislang übersehene Lücke erfasst zu haben – wohlwissend, dass KI halluzinieren kann, Muster systematisch verstärkt und daher das Risiko besteht, in eine intellektuelle »Blase« zu geraten (vgl. dazu Raile & Geißler, 2025).

Also stellte ich meine Ideen am 24. August 2024 auf dem 14. Wiener Symposium »Psychoanalyse und Körper« vor – und erhielt positive Resonanz: Es schien tatsächlich der Mühe wert, sich damit weiter zu beschäftigen.

Hinzu kamen Beobachtungen aus der Praxis: Patient:innen reagieren oft stärker auf ein geöffnetes Fenster, einen verschobenen Stuhl oder die Distanz zwischen Sitzplätzen als auf eine sorgfältig formulierte Deutung. In der Arbeit im offenen Setting machen manches Mal ein paar Zentimeter den entscheidenden Unterschied im Erleben aus. Derartige Alltagsdetails aus meiner Arbeit als Psychotherapeut, kombiniert mit neurobiologischen Einsichten und dem technischen Analogon, verdichteten sich zu einer zentralen Frage: *Reguliert der Raum das therapeutische Geschehen womöglich noch fundamentaler als Sprache oder Beziehung?* Es war ein verwegener Gedanke. Er wurde beflügelt von der Erkenntnis, dass sich im Feld der Kultur- und Sozialwissenschaften in den späten 1980ern bis in die 1990er Jahre ein »spatial turn« vollzogen hatte – besonders in der Humangeografie, Soziologie, Literaturwissenschaft und Kulturtheorie: Raum nicht länger als bloßer Hintergrund, sondern als konstitutives Element von Kultur, Identität, Machtverhältnissen und sozialer Praxis (im Anhang des vorliegenden Buchs findet sich diesbezüglich ein Überblick). Räumliche Aspekte rücken durch die hier angestellten Betrachtungen in ein neues Licht – nicht mehr nur als Rahmen des Therapieprozesses, sondern quasi als *aktive Mitgestalter* desselben. Ein Stuhlkreis, eine Couch, ein Zoom-Fenster – sie alle formen Affekte, Bedeutungszuschreibungen und die Regulation von Nähe und Distanz. Günter Heisterkamp hat dies in seinem Aufsatz »Setting als Inszenierung« (2017) eindrücklich beschrieben: Der Raum ist Bühne und Resonanzkörper zugleich. Er ermöglicht Regression, symbolisiert Grenzen und verkörpert Beziehung.

Dieses Buch versteht den »spatial turn«, wie er in den Kulturwissenschaften längst diskutiert wird, als eine mögliche Erweiterung unseres psychotherapeutischen Koordinatensystems. Orientierung, Positionierung und Atmosphäre werden darin nicht als Beiwerk, sondern als *Grundlagen* therapeutischer Wirksamkeit begriffen. Anders formuliert: Eine hier erstmals formulierte *Raumkörper-Theorie* ist nach gegenwärtigem Stand meines Nachdenkens ein integratives Konzept, das den leiblich-im-Raum verorteten Selbstbezug in den Mittelpunkt stellt.¹ Sie baut auf den ge-

1 Die Begriffe »Leib« und »Körper« werden im Folgenden wechselweise verwendet, um der phänomenologischen als auch der körperpsychotherapeutischen Tradition Rechnung zu tragen.

nannten klassischen Modellen auf, geht aber über sie hinaus. Zentral ist die Annahme, dass psychische Konflikte und Entwicklungen immer auch in einem *impliziten Raum* stattfinden – dass Nähe, Distanz, Grenzempfinden und Orientierung im Raum (sowie die daraus entstehende Atmosphäre) fundamentale Dimensionen jeder Erfahrung sind. Anstatt den Körper nur als Bühne für intrapsychische Konflikte zu sehen, definiert die Raumkörper-Theorie den *Körper-im-Raum* selbst als dynamische Bühne: ein lebendiges, affektiv aufgeladenes Feld, in dem sich Beziehung und Selbstgefühl überhaupt erst formen. Damit rückt ein (aus Sicht des Autors) bisher vernachlässigter Aspekt in den Fokus.

In diesem Verständnis kann »Raum« als ein übergreifendes, neurowissenschaftlich fundiertes Organisationsprinzip für Information gelten, das sich in physischen, relationalen *und* symbolischen Kontexten manifestiert. Dieses dynamische Raumkonzept ist geprägt von Erkenntnissen über *Gitter- und Ortszellen* im Gehirn (interne Landkarten der Umgebung) und die flexible Verarbeitung des *peripersonalen Raums*, aber ebenso von Ideen aus der Philosophie und Bewegungslehre – man denke etwa an Rudolf Labans Begriff der *Kinesphäre*, an die *Proxemik* (Edward T. Halls Lehre von den Abstandsregeln) oder schlicht an die leibliche Spürbarkeit von Nähe und Weite. Hier geht es also um weit mehr als einen bloß metaphorischen oder geometrischen Raumbegriff – gemeint ist gelebter, erlebter Raum als strukturierendes Element der Psyche.

Klassische psychoanalytische Modelle betrachteten Raum höchstens *metaphorisch* – wir sprachen, wie erwähnt, etwa davon, »Abstand zu wahren«. Die Raumkörper-Theorie hingegen macht den Raum zu einem konkreten analytischen Parameter. Sie postuliert, dass räumliches Erleben konstitutiv für bestimmte psychische Störungen ist – exemplarisch sei *Anorexia nervosa* genannt – und stützt sich dabei auf Befunde aus Neurowissenschaft, Entwicklungspsychologie und Phänomenologie. So betont die Theorie z. B., dass die neuronale Verarbeitung von Raum zu den evolutionär ältesten Hirnfunktionen gehört und eng mit den Emotions- und Sicherheitsnetzwerken im Gehirn verknüpft ist. Die *Orientierung im Raum* bildet eine Grundlage für das Gefühl von Sicherheit und für die Affektregulation – das erklärt, warum bei Anorexie die Schaffung eines »sicheren Raums« so zentral ist. Tatsächlich lässt sich die anorektische Symptomatik in vielen Fällen als Versuch verstehen, einen kontrollierbaren, sicheren Raum herzustellen: Der ausgehungerte Körper schafft gewissermaßen Distanz und eine Pufferzone zur sozialen Umwelt, was dem labilen Selbst tem-

poräre Sicherheit gibt. Die Raumkörper-Theorie knüpft hier an und bietet eine modifizierte Sprache, um dieses Phänomen zu fassen.

Interessanterweise stützt sogar die *Empirie* diese Idee. Neuere Studien zeigen, dass Anorexie-Patient:innen tatsächlich ihren *peripersonalen Raum* – die unmittelbare Distanzzone um den Körper – erweitern und weniger flexibel anpassen als gesunde Menschen. So wurde beobachtet, dass Gesunde im Verlauf sozialer Interaktionen ihren Wohlfühlabstand allmählich verringern, während Anorexie-Patient:innen eine ungewöhnlich große Distanz unverändert aufrechterhalten. Dieses Verhalten spiegelt neuropsychologisch einen Mechanismus der »Raumvermeidung« wider, der im klassischen Modell als Abwehr von zu viel Nähe gedeutet wurde.

Über den speziellen Fall der Anorexie hinaus scheint die Neurobiologie auch *ganz allgemein* eine solche perspektivische Verschiebung zu stützen: Wenn Raum- und Gitterzellen älter sind als Spiegelneuronen, dann muss man zumindest die Möglichkeit in Betracht ziehen, dass räumliche Orientierung in zeitlicher Hinsicht *vor* einer spiegelneuronenbasierten Form von Beziehung kommt – sowohl in der Evolution wie in der menschlichen Entwicklung. Zuspitzend formuliert: Prärelationale Repräsentanzen – also raumbezogene Orientierungsmuster – könnten den intersubjektiven Repräsentanzen (wie sie etwa Daniel Stern beschrieben hat) zeitlich und entwicklungslogisch vorausgehen. Man könnte hier von einem gewissermaßen primären »*spatial sense*« sprechen, analog zum »felt sense« aus dem Focusing – ein räumliches Grundgespür, das der späteren zwischenmenschlichen Einfühlung vorgeschaltet ist. Auch die neuropsychanalytische Perspektive betont die Notwendigkeit dieser räumlichen Verankerung: Das *SEEKING-System* (nach Jaak Panksepp, aufgegriffen von Mark Solms) – jener basale neuronale Antrieb zu suchen und zu explorieren – kann nur vor dem Hintergrund ausreichender Orientierung wirksam werden: ohne ein »Wo« kein »Wonach«.

Dieses Buch behauptet nicht, eine Theorie des Raums – bzw. besser: des Raumkörpers – in der Psychotherapie *abschließend* zu entwickeln. Es formuliert vielmehr eine Einladung zur Diskussion – und vielleicht den Versuch, eine Lücke sichtbar zu machen, die bislang übersehen wurde. Wenn es gelingt, das Bewusstsein für die räumliche Dimension psychotherapeutischer Arbeit zu schärfen, hat das Projekt seinen Zweck erfüllt – unabhängig davon, ob man es als Ergänzung, Erweiterung oder doch als »turn« begreifen mag.

Eine zentrale theoretische Bezugsfigur in diesem Buch ist *Donald W. Winnicott*. Seine Konzepte des Übergangsraums (*transitional space*) und des

»holding environment« fungieren gewissermaßen als Brücke zwischen klassischer Psychoanalyse, verkörperter Entwicklung und räumlichem Denken. Winnicott hat – oft implizit – aufgezeigt, wie sehr sowohl die frühkindliche Entwicklung als auch die therapeutische Begegnung auf einem *sicheren Raum* beruhen. Daher wird sein Werk in den folgenden Kapiteln besonders ausführlich behandelt: Winnicotts Überlegungen helfen, den Bogen zu spannen vom traditionellen intrapsychischen Fokus hin zu einem erweiterten, räumlich-verkörpernten Verständnis von Psyche und Beziehung.

Am Ende des Buchs findet sich zudem ein Anhang von *Paolo Raile*, der die kulturwissenschaftliche Dimension des spatial turn beleuchtet. Diese Perspektive ist als *Erweiterung* gedacht – sie rundet den hier entwickelten Ansatz ab, ohne ihm als Fremdkörper entgegenzutreten.

Ich habe den Eindruck, dass die Raumkörper-Theorie das Potenzial zu einem echten *Brückenkonzept* besitzen könnte – einem Konzept, das Neurowissenschaft und Psychotherapie, phänomenologische Leib-Erfahrung und sogar die KI-Forschung miteinander ins Gespräch bringen könnte. Ein kühner Gedanke vielleicht, doch in einer Zeit, in der interdisziplinäre Verknüpfungen immer wichtiger werden, auch eine hoffnungsvolle Vision.

Beim Verfassen dieses Buchs habe ich punktuell auf ein KI-basiertes Sprachmodell (ChatGPT 4o) zurückgegriffen – nicht als Autor, sondern als Reflexionspartner. Die KI diene mir vor allem zur Überprüfung der logischen Konsistenz meiner Argumente, zur Einschätzung der Nachvollziehbarkeit meiner Gedankengänge sowie zur Klärung begrifflicher Kohärenz im Textaufbau. Alle inhaltlichen Überlegungen, Formulierungen und Bewertungen stammen von mir als Autor; die KI wurde ausschließlich unterstützend eingesetzt, vergleichbar mit einer digitalen Kommentarfunktion im Denkprozess. Die Autorenschaft des Textes liegt also uneingeschränkt bei mir.

Ich bedanke mich bei Markus Angermayr, Ulfried Geuter, Otto Hofer-Moser, Bernd Kuck, Paolo Raile, Jörg Scharff, Jutta Westram und Jochen Willerscheidt für wertvolle Gedanken im Kontext der vorliegenden Schrift.